



ご挨拶

みしまコミュニティ推進協議会長
難波 光男

新年、明けましておめでとうござい
ます。皆様には輝かしい新春を迎えら
れ、心からお喜び申し上げます。

昨年、これまでと同様、多くの皆
様の温かいご支援とご協力いただき、
企画した諸行事すべて盛会裏に終える
ことができました。ここに厚く御礼申
上げます。

皆様から協力金をいただき、初めて
の会食交流会「おめさん 元気らかね」
や、各諸団体と連携しての取り組を行
いました。参加された多くの方は、連
帯感や一体感を共有され、地域の一員
としての自覚を高められたのではない
かと感じております。

まずは参加してご自分の五感を通し
て感じてみてください。みしまの良さ
が再認識され、ひいては「やりがい感」
「生きがい感」へと繋がるものと確信
します。

30年度は、みしまコミュニティセン
ターが設置され10周年の大きな節目を
迎えます。「協力し合い、助け合うみ
しま」、「連帯意識を高め、団結力のある
みしま」をめざし、頑張りますのでご
支援・ご協力をお願いいたします。

皆様のご健勝・ご多幸を祈念し、新
年のごあいさつとします。



みしまコミュニティ推進協議会広報委員会

問みしまコミュニティセンター事務室

平日8時30分~17時15分

〒940-2392 長岡市上岩井 1261-1

電話：42-2525

FAX：42-3711

ホームページ

<http://www.oosugikun.com>



ヤクルトさんに学ぶ 気にならな おなかの 健康教室

気になる
テーマが
もりたくさん!

開催日：平成30年2月14日～
第2・4水曜 4回シリーズ

時間：午前10時～11時

講師：下中 由美子さん
新潟中央ヤクルト販売株式会社

- 会場：みしまコミセン/和室または集会室1
- 参加費：無料 ■定員：先着30名
- ×切：2月7日（水）

■内容

- 2月14日 ①ウンチから学ぶカラダの健康
- 2月28日 ②食中毒（季節に合わせ「ノロ」）と
インフルエンザ予防について
- 3月14日 ③大腸がんについて
- 3月28日 ④骨粗鬆症について

日曜日にゆっくり はじめる・続ける 筋力アップ トレーニング

開催日：平成30年
2月18日・25日・3月4日
日曜日 3回シリーズ

時間：午前10時～11時

講師：佐藤 亮子さん
健康運動指導士

- 会場：みしまコミセン/ホール
- 参加費：1回300円 ■定員：先着15名
- 持ち物：タオル・飲み物・内履き
- 申込み：1月22日（月）午前9時から

★お知らせ★今年度カローリング大会は実施しません

健康部会の2月恒例行事カローリング大会は、会場として利用している「長岡市みしま会館」が改修工事中の為、行いません。ご了承ください。

★ 募 集 ★

コミセン主事を 募集します

みしまコミュニティセンター主事を募集します。詳細は同日配布の募集要項をご覧ください。不明な点はみしまコミュニティセンター事務局へお問合せください。（電話 42-2525）

生涯学習推進大学 受講希望者を募集

長岡市が主催する生涯学習推進大学が平成30年5月より開講します。（2年間）三島から2名の推薦を予定していますので、希望される方はコミセン事務局までお問合せください。

ご 注 意 ください

※イベントに参加ご希望の方は×切日までにコミセンへお申込みください。※キャンセルは土日祝日等を除く事務局稼働日で、実施日3日前まで受付ます。それ以降は不参加でも参加費を頂く場合があります。※参加者が5名未満のイベントは中止する場合があります。※イベントの様子は広報誌等へ写真掲載する場合があります。あらかじめご了承ください。